

ПРИНЯТА

решением педагогического совета

Протокол № 13 от 29.08. 2017г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора школы

№ 113 от 01.09. 2017г.

 Никитина Л.Д.

Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности
10 - 11 класс

Составитель: А.А. Акимов
преподаватель – организатор ОБЖ

р.п. Сосновоборск, 2017

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов составлена на основе Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ СОШ №3 р.п. Сосновоборск. Примерной программы по Основам безопасности жизнедеятельности среднего общего образования, Федерального государственного стандарта среднего общего образования, утвержденная приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897, Закона «Об Образовании Российской Федерации» №273 – ФЗ от 29.12.12, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

Структура документа

Программа включает три раздела: *пояснительную записку*; *требования* к уровню подготовки выпускников, *основное содержание* с примерным распределением учебных часов по разделам курса.

Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность.

В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения. Девушки изучают основы медицинских знаний и здорового образа жизни, для чего в программу введен специальный раздел.

Цели

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на ступени среднего общего образования направлено на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям; патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;
- **овладение умениями** действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

Место предмета в учебном плане

Образовательная область Федеральный компонент	Классы		
	Предмет	10	11
		1ч	1ч

Согласно учебному плану школы для обязательного изучения ОБЖ на этапе среднего общего образования отводится 69 часов из расчета 1 час в неделю в 10 и 11 классах и 35 часов на учебные сборы.

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе среднего общего образования являются:

- умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза (предвидения) возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работы по снижению факторов риска от внешних и внутренних угроз безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- поиск нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
- умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях и вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения общей культуры в области безопасности жизнедеятельности;
- умение формировать свою жизненную позицию на основе самовоспитания и самообучения;
- понимание своего гражданского долга как гражданина России и защитника Отечества;
- осуществление осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности и пути продолжения образования.

Результаты обучения

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки обучающихся». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен

знать/понимать

- основы здорового образа жизни и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту; альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь

- выполнять последовательно действия при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» и комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера;
- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств;
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу в случае автономного существования в природной среде;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой);
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- вести здоровый образ жизни;
- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- уметь пользоваться бытовыми приборами, лекарственными препаратами и средствами бытовой химии, бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать общие требования безопасности при пользовании транспортными средствами, при нахождении на улице, правила поведения на воде, меры пожарной и инфекционной безопасности;
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных ситуациях;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.
- развивать в себе духовные и физические качества, необходимых для военной службы;

Содержание программы ОБЖ

10 класс

(35ч., 1 урок в неделю и 35 ч. практические занятия (сборы) во время летних каникул)

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (15 ч.)
Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения (7 ч.)

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях . Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). Правила поведения в ситуациях криминогенного характера и при угрозе террористического акта. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) ее структура и задачи. Законы РФ и другие нормативные акты по обеспечению безопасности.

Гражданская оборона — составная часть системы обороноспособности страны(8ч.)

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты населения. Организация проведения аварийно- спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (6 ч.)

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (2ч.)

Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания , их классификация и профилактика.

Основы здорового образа жизни (4 ч.)

Здоровый образ жизни и его составляющие. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Основы военной службы (14 ч.)

Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества (8 ч.)

История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Организация структуры Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству.

Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 ч.)

Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Памяти поколений – дни воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

Символы воинской чести (3ч.)

Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Основы военной службы (35 ч. практические занятия на базе воинской части, во внеурочное время).

Основы практической подготовки к военной службе (35 ч.)

Основы подготовки граждан к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках(1 ч.). Размещение и быт военнослужащих (3 ч.). Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда (3ч.). Организация караульной службы, обязанности часового (4 ч.). Строевая подготовка (5 ч.). Огневая подготовка (10 ч.). Тактическая подготовка (4 ч.). Физическая подготовка (5 ч.).

11 класс (34 ч.)

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч.)

Основы здорового образа жизни (5ч.)

Правила личной гигиены и здоровье. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики. СПИД и его профилактика . Семья в современном обществе. Законодательство и семья.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (4 ч.).

Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях . Первая медицинская помощь при травмах . Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Основы военной службы (25 ч.)

Воинская обязанность (9ч.).

Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

Особенности военной службы (9 ч.).

Правовые основы военной службы, Конституция Российской Федерации, Федеральные законы: «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ - закон воинской жизни. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России. Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту. Права и ответственность военнослужащих.

Военнослужащий – защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил (7ч.).

Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально - психологическим и профессиональным качествам гражданина. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Как стать офицером Российской армии . Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.

**Тематическое планирование
(10 класс)**

№ Раздела и темы	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
I	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	15	
1	Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения		7
2	Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны.		8
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	6	
3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний		2
4	Основы здорового образа жизни		4
III	Основы военной службы	14	
5	Вооруженные Силы Российской Федерации-защитники нашего отечества		8
6	Боевые традиции Вооруженных Сил России		3
7	Символы воинской чести		3
Всего		35 часов	
8	Основы военной службы (практические занятия на базе в/ч во внеурочное время)	35	
8	Основы практической подготовки к военной службе		35

**Тематическое планирование
(11 класс)**

№ Раздела и темы	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
I	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	9	
1	Основы здорового образа жизни		5
2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи		4
II	Основы военной службы	25	
3	Воинская обязанность		9
4	Особенности военной службы		9
5	Военнослужащий – защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил		7
Всего		34 часа	

Проверочные работы и практические занятия по курсу ОБЖ – 10 класс

№ п/п	Тема	Форма проведения	Время работы	№ урока п/п
1	«Подготовка к проведению турпохода»	Практическое занятие	15	1
2	«Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера».	Тест	15 мин.	7
3	«Средства индивидуальной защиты»	Практическое занятие	15 мин.	13
4	« Дозиметрические приборы»	Практическое занятие	15	14
5	«Гражданская оборона- составная часть системы обороноспособности страны»	Контрольная работа	20 мин	15
6	« Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».	Тест	15	20
7	«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»	Контрольная работа	20 мин	21
8	«Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества»	Контрольная работа	20 мин	29
9	« Боевые традиции Вооружённых сил, символы воинской чести России».	Тест	10 мин	35

Проверочные работы по курсу ОБЖ – 11 класс

№ п/п	Тема проверочной работы	Форма проведения	Время работы	№ урока п/п
1	«Болезни, передаваемые половым путём»	Тест	15 мин.	4
2	«Воинская обязанность».	Тест	15 мин	16
3	«Воинская обязанность».	Контрольная работа	15 мин	18
4	«Особенности военной службы».	Контрольная работа	20 мин.	25
5	«Военнослужащий — защитник своего Отечества. Честь и достоинство Вооруженных Сил	Контрольная работа	20 мин	32

	России»			
6	Обобщение по курсу «ОБЖ»	Итоговый тест	40 мин.	34

Практические занятия по курсу ОБЖ – 11 класс

№ п/п	Тема практического занятия	Место проведения	Время работы	№ урока п/п
1	Первая медицинская помощь при ранениях	класс	10 мин.	7
2	Первая медицинская помощь при травмах	класс	10 мин.	8
3	Первая медицинская помощь при остановке сердца	класс	15 мин.	9